دست‌یافتنی :Attainable

هدفی را که تعیین کرده بودم برایم دست یافتنی بود. زیرا منطق این دست یافتنی بودن این بود که در سمستر قبلی در حدود ۹۵٪ از مجموع نمرات پایان سمستر را بدست آورده بودم. اینگونه نبود که هنوز اخذ ۹۰٪ را تجربه نکرده بوده باشم برای ۹۸٪ اقدام نمایم. بلکه این مسیر را به سمت ارتقاء بیشتر پله به پله طی کرده بودم. ۹۸٪ هدفی دست‌یافتنی بود.

واقع‌بینانه :Realistic

تعیین این هدف واقع‌بینانه بود. زیرا از شرایط لازم فکری و جسمی برای دست یافتن به این هدف برخوردار بودم. امکانات مورد نیاز، زمان لازم و دیگر منابع مورد ضرورت را نیز در اختیار داشتم. تصوری صرفا ذهنی، که برای تحقق در عمل، فاقد زمینه های عینی لازم باشد نبود. بلکه هدفی بود که تنها با برنامه‌ریزی و مدیریت درست و استفاده از شرایط، امکانات و منابع موجود، در واقعیت می‌شد به آن دست یافت.

زمانبندی شده: Timely

برای دست یافتن به این هدف زمان مشخصی تعیین شده بود. محدودیت زمانی آن تا ختم سمستر بود. بر این اساس ناگزیر بودم تا به این محدودیت زمانی پایبندی داشته باشم و تمام آمادگی ها و تمرینات و پروژه‌های صنفی‌ام را پیش از ختم سمستر موفقانه به اتمام برسانم.

تدوین هدف

هدف خودم را به اهداف کوچکتری در قالب هر مضمون تقسیم نموده بودم. آنها را در جدولی نوشته بودم و برای هر یک میزان نمره‌ای را که لازم بود بگیرم در همان جدول مشخص کرده بودم.

تهیه لیست کنترلی و بازنگری هدف

لیستی از موارد لازم برای رسیدن به هدف را تهیه کرده بودم و در جریان کار و تلاش در مسیر هدف، آن لیست را پیوسته مرور می کردم و به تکمیل آن می پرداختم. منابع لازم و کارهای مورد نیاز را در آن لیست جای می‌دادم تا کمبود و کم‌کاری در مسیر رسیدن به هدف ایجاد نشود.

تعهد و پایبندی به هدف

به هدف نهائی‌ام "کسب ۹۸٪ از مجموع نمرات سمستر" و کار و تلاش در جهت رسیدن به آن متعهد و پایبند بودم. برای استحکام تعهد و پایبندی ام به مزایایی که دستیابی به این هدف در آینده برایم در برداشت می‌اندیشیدم و پیوسته از این اندیشه، انگیزۀ بیشتری برای کار و فعالیت بیشتر می گرفتم. اساسی‌ترین مسئله‌ای که تعهد و پایبندی مرا

در کار و تلاش بسیار جهت رسیدن به این هدف افزایش می‌داد این بود که هدف مذکور گامی مؤثر در رسیدن به برنامۀ استراتژیک زندگی‌ام محسوب می‌شد.

میزان دستیابی به هدف

با تمام قدرت و قوت ذهنی و جسمی خودم جهت دستیابی به هدف در طی سمستر و بویژه در دوران امتحانات کوشیدم. در این مسیر از هر امکان و منبعی استفاده نمودم. دو تا مانع جدی در طی امتحانات برایم بوجود آمد که مجبور بودم به نوعی با آنها کنار بیایم. از اینرو به جای ۹۸٪ مجموع نمرات پایان سمستر به مقدار ۹۶.۴۷٪ حاصل نمودم. و ۱.۵۳٪ کمتر از مقداری که هدف‌گذاری کرده بودم به دست آوردم.

خلاصه کلام

راز اینکه چگونه در جایگاه "برترین‌های سمستر هفتم" قرار گرفتم بطور فشرده در **تعیین دقیق هدف**، **برنامه‌ریزی منطقی** و **اجرای درست برنامه منطقی** خلاصه می‌شود.

تمام افراد موفق جهان این راز موفقیت را می‌دانند. و با آگاهی و استفاده از همین راز است که مکررا در عرصه‌های مختلف به موفقیت دست می‌یابند. من این راز را در اینجا بطور مختصر و فشرده بیان کردم. برای معلومات بیشتر دربارۀ **"تعیین هدف"**، "ب**رنامه‌ریزی"** و **"اجرا"** به کتبی که در زمینۀ موفقیت نوشته شده‌اند مراجعه نمائید. شما نیز با استفاده از این "راز موفقیت" می‌توانید در هر عرصه‌ای به موفقیت‌های شگفت‌انگیزی نائل آئید.

برای دریافت مطالب و معلومات بیشتر در صورت علاقمندی صفحۀ فیسبوک گروه تحقیقات آکادمیک و جنبش جهانی برای تغییر را لایک نمائید:

www.facebook.com/AcademicResearchGroup

ایمیل گروه تحقیقات آکادمیک: **نشریات فارسی:** "پژوهش"، "محیط آکادمیک" "رهبری و موفقیت" و . . . academicrg@gmail.com

ایمیل جنبش جهانی برای تغییر: **نشریه انگلیسی** "مسائل سیاره ما"

ourplanetissues@gmail.com

ARG Academic Research Group An endeavor for change
گروه تحقیقات آکادمیک تلاشی برای تغییر
Social Sciences Medical Sciences Natural Sciences And so on

محصل ۲

پوهنتون دانشجو دانشگاه

تلاشی برای تغییر

هفتۀ دوم، یکشنبه ۱۳۹۷/۹/۴

فعالیت آکادمیک تحصیلی یما حمید محصل سمستر هشتم فاکولته اقتصاد و مدیریت کهکشان شرق

حرمت قلم

بریده باد دستم
بریده باد دستم
که گر ندارم حرمت قلم پاس
بیشتر از خون جاری
در رگ‌هایم

قلم زبان حق‌گوئی من
که جز حقیقت نتراود
از جوهر وجود او و من

بریده باد دستم
بریده باد دستم
که گر ندارم حرمت قلم پاس
و ننویسم مگر به عدالت
تا قطع نَفَس‌هایم

شعر من
نثر من
جوهرش برگرفته از درد ملت من است که:
هر حرفش
هر واژه‌اش
قطرات اشکی‌ست
که من به جای قلم و قلم به جای من
هر دو ز درد این زمانه
می‌گرییم
بریده باد دستم
بریده باد دستم
که گر ندارم حرمت قلم پاس
به حد جان و شرف خویش

شاعر: یما حمید

حرمت قلم

پیامی به محصلان عزیز

یما حمید ۱۳۹۷/۸/۲۳

سلامم به گرمی دست تو دوست — دلم لحظه‌ای با دلت روبروست
بگو عاشق میهنی تا سلامت کنم — تمام دلم را یکجا به نامت کنم

سلام به شمایی که برایم افتخار بخشیدید و وقت گرانبهایتان را صرف خواندن این سطور می‌کنید.

صحبت از حرمت قلم است. قلم، همان چیزیکه در هر دکانی می‌شود آنرا به فراوانی و به هر قیمتی یافت. لیکن این جنس همه‌جا و همه قیمت، نه ارزان، که بهایی بس گران دارد. گرانبهاتر از آنچه تا کنون شنیده‌اید و دیده‌اید. به دست گرفتن قلم یعنی به دست گرفتن تعهد، تعهد برای نوشتن، اما، پرسشی اینجا مطرح می‌شود و آن اینکه: چگونه نوشتنی؟

هر کسی در هر جایگاهی که باشد با برداشتن قلم متعهد می‌شود. متعلم و محصل، معلم و استاد، شاعر، نویسنده، طبیب، قاضی، رئیس یک اداره، کارمند یک شعبه و هر کسی که قلم به دست گیرد متعهد به نگه‌داشت حرمت قلم و نوشتنی با تعهد می‌شود.

متعلم وقتی که قلم به دست می گیرد متعهد می شود که بیاموزد و پله های تعلیم و تربیت را موفقانه بپیماید. و محصل وقتی که قلم به دست می‌گیرد متعهد می‌شود که دانش بجوید و خرد خویش بیفزاید.

معلم و استاد وقتی که قلم به دست می گیرند متعهد می شوند که فرزندان جامعه را، به وجه احسن تربیت کنند و به وجه احسن بیاموزانند. و وقتی نویسنده‌ای، قلم به دست می‌گیرد یعنی اینکه در مقابل جامعه متعهد می شود. تعهدی برای زدودن زشتی و پلیدی، تا پاکی و زیبائی عرض وجود کنند. وقتی طبیبی، داکتری، قلم بدست می گیرد یعنی اینکه متعهد می‌شود که درد درمان کند و رنج بیماری بزداید. و وقتی که قاضی، قلم بدست می‌گیرد یعنی اینکه متعهد می‌شود که حق را ز ناحق تمیز دهد و حق را به حق‌دار برساند.

حفظ حرمت قلم با چگونه نوشتن رقم می‌خورد. و اگر قلم را سوای تعهد بپنداریم و اینگونه با تعهد ننویسیم، حرمت قلم شکسته‌ایم. و شکست حرمت قلم، شکست حرمت خویش است. شکست حرمت قلم، شکست حرمت انسان است. شکست حرمت پاکی، زیبائی و جامعه انسانی است.

محصل گرامی و گرانقدر!

حرمت قلم نگهدار، چه آنگاه که نوت استاد می گیری، و چه آنگاه که کارخانگی‌ات را به انجام می‌رسانی، و چه آنگاه که نامه‌ای به یک دوست می‌نویسی، و چه آنگاه‌های بسیار دیگری...

حرمت قلم نگهدار، شاید روزی معلم و استاد شوی! شاید روزی نویسنده و یا طبیب و قاضی و یا رئیس و یا کارمند یک اداره شوی. در آن روز عادت نیک نگه‌داشت حرمت قلم، حرمتات و شأن‌ات می‌افزاید!

اینست نصیحتم به ابنای زمان — باید که ز خویشتن رهی بنهادن
رفتیم و ز ما ماند یکی رسم نکو — این راه و روش ادامه باید دادن

راز اینکه چگونه در جایگاه "برترین‌های سمستر هفتم" قرار گرفتم

یما حمید – میزان ۱۳۹۷

برگرفته از نشریه "رهبری و موفقیت" به سردبیری یما حمید

این رازی است که هر کسی را در هر موقعیتی و در هر شغلی که باشد به موفقیت می‌رساند. فرقی نمی‌کند که شما محصل هستید، استاد هستید، کارمندید، کارفرما می باشید، کارگر و یا اینکه خود کارآفرین هستید. پی بردن به این راز و آگاه شدن از این حقیقت شما را به موفقیت های ارزشمندی در زندگی، تحصیل و کارتان نایل می‌سازد.

پیش از اینکه به بیان این راز و این حقیقت بپردازم لازم است تا موفقیت خودم را مختصرا برایتان بنویسم.

سمستر هفتم نیز مانند سمسترهای دیگر، سرانجام به پایان رسید. اما، من در سمستر مذکور نسبت به سمسترهای قبل از آن نتیجه‌ای فوق‌العاده حاصل نمودم. وقتی که نتایج را اعلان نمودند ورق نتایج فیصدی نمرات من را ۹۶.۵٪ نشان می‌داد. این برایم فوق‌العاده بود. اگر چه نسبت به یک مضمون اعتراض داشتم اما به دلیل فیصدی بالایی که کسب کرده بودم از درخواست تجدید نظر صرف نظر کردم. و خوشحال از این موفقیت، سرگرم تکمیل و ویرایش کتاب‌هایم و نوشتن مقالاتی شدم که باید برای نشر در گروه نشریاتی که خود بنیانگذاری کرده و مسئول نشر آنها هستم آماده می‌ساختم.

راز موفقیت من چه بود؟!

راز موفقیت من در سه نکته خلاصه می شود اما موضوع مهم و تعیین کننده این است که این سه نکته را چگونه به کار بستم تا به موفقیت رسیدم. زیرا تنها دانستن کافی نیست، داشتن دانش لازم به تنهایی راهگشای دستیابی به موفقیت و کامیابی نمی‌تواند باشد. به عمل درآوردن و چگونگی به کار بستن دانش و دانستنی‌ها در عمل است که موفقیت و کامیابی را تحقق‌پذیر می‌سازد. سه نکته‌ای که اساس و بنیاد موفقیت من یعنی ارتقاء در جایگاه "اول نمره عمومی" در سمستر هفتم را تشکیل می دادند عبارتند از: تعیین دقیق هدف، برنامه ریزی منطقی و اجرای درست برنامه منطقی.

تعیین دقیق هدف

در شروع سمستر هفتم اولین کاری که کردم تعیین دقیق هدف بود. با هدف گذاری مشخص نمودم که در ختم این سمستر دقیقا به چه چیزی می خواهم برسم. سپس هدف تعیین شده را با ارسال پیامی به یکی از دوستانم که در سمسترهای پائین‌تر از من قرار دارد فرستادم. تا پایبندی و تعهد به تلاش در راه رسیدن به هدف در من استحکام بیابد. هدف تعیین شده عبارت بود از: کسب ۹۸٪ فیصد مجموع نمرات سمستر هفتم و قرار گرفتن در جایگاه برتر و اینکه بتوانم خودم را در میان نخبگان به درجات بالاتری برسانم.

اصولی که در هدف‌گذاری، برنامه‌ریزی و اجرا کار گرفتم

اصل انگیزش در هدف‌گذاری

در این هدف گذاری از اصل انگیزش استفاده نمودم. اصل انگیزش می گوید: هدفی را انتخاب نمائید که حداکثر انگیزه را برای شما بدهد. و هدفی حداکثر انگیزه را بوجود می‌آورد که مهم، ارزشمند و تعیین کننده آینده شما باشد. تعیین هدف کسب ۹۸٪ مجموع نمرات برای من بسیار مهم، ارزشمند و انگیزاننده بود. چون گامی تعیین کننده در جهت آینده‌ای بود که در برنامه استراتژیک زندگی‌ام آنرا ترسیم کرده بودم.

اصل انتخاب هوشمندانه

در تعیین هدف‌گذاری‌ام از روش **SMART** استفاده کردم. این روش عبارت است از:

معین: Specific

هدف خود را بصورت دقیق معین نموده بودم، و آن این بود که در پایان سمستر باید فیصدی مجموع نمرات من ۹۸٪ شود. برای اخذ فیصدی فوق باید تلاش می کردم تا بالاترین نمره از هر مضمون را بگیرم. طبق برآوردی که داشتم باید سعی می‌کردم تا از هر مضمون نمرهٔ ۱۰۰ را بدست بیاورم، زیرا ۹۸ نمره از هر مضمون باعث می شد که ۹۸٪ را حاصل کنم. و ۱۰۰ را به این خاطر مد نظر گرفته بودم که اگر از کدام مضمونی پائین‌تر از ۹۸ نمره می‌گرفتم آن دو نمره بالاتر را که از دیگر مضمون‌ها می‌گرفتم جبران این کمبودی را بنماید.

قابل اندازه‌گیری: Measurable

هدفی را که تعیین کرده بودم قابل اندازه گیری بود. این کار را با امتحانات فرضی که از خودم می‌گرفتم می توانستم ارزیابی نمایم. و در پایان نیز با سپری نمودن هر یک از امتحانات فورا می‌دانستم که به چه میزانی به هدفم نزدیک شده ام و یا اینکه به چه میزانی از هدفم دور گشته ام. زیرا باید حداقل ۹۸ نمره در امتحان هر یک از مضامین را بدست می‌آوردم. اگر حدس می‌زدم که پائین‌تر از این مقدار نمره را از کدام مضمونی به احتمال دریافت خواهم کرد. فورا روی امتحان مضامین دیگر بیشتر تمرکز و کار می‌کردم.